Instituto Superior de Educación Física

Nº11"Abanderado Mariano Grandoli"

Profesorado de Educación Física

Plan Dcto. Nº696/01

DEPORTES CERRADOS Y SU DIDÁCTICA II

PLANIFICACIÓN ANUAL

Sub Espacio: Natación

Ciclo Lectivo 2026 – 2027

Cursos: Todos los Segundos años, de Turno Mañana, Tarde y Noche

DOCENTES:

- ✓ Corbalán, Lihuel
- ✓ Fregiaro, Gustavo
- ✓ Guidoni, Ana Laura
- ✓ Rial, Hernán

MARCO REFERENCIAL

El desarrollo de este Subespacio será a modo de Taller porque está orientado a la producción e instrumentación de saberes para la acción profesional.

Se pretende promover la resolución práctica de situaciones de alto valor para la formación docente, porque la natación cumple con varios objetivos del desarrollo del ser humano, como el acrecentamiento de la salud, aptitud física, adquisición de destrezas, educación del movimiento; facilita el conocimiento de sí mismo, proporciona sentimiento de confianza, seguridad y refuerza el valor, educa la voluntad y perfecciona el dominio del propio cuerpo. Por todo esto es que consideramos de suma importancia que el futuro docente se forme desde esta perspectiva en relación al saber desde todas las dimensiones posibles interrelacionadas.

El desarrollo de las capacidades que involucran desempeños prácticos, envuelve una diversidad y complementariedad de atributos que las situaciones prácticas no se reducen a un hacer, sino que se constituyen como un hacer creativo y reflexivo, en el que tanto se ponen en juego los marcos conceptuales disponibles, como el iniciar la búsqueda de aquellos otros nuevos que resulten necesarios para orientar, resolver o interpretar los desafíos de la producción.

La Natación es una actividad que puede practicarse durante toda la vida, puede hacerse en forma recreativa, preventiva, deportiva, competitiva y profesional; entonces los alumnos deben prepararse para saber discernir sobre la manera de actuar en relación a los diferentes contextos que se le pueden llegar a presentar.

Este espacio pretende ser el inicio en la elaboración de proyectos concretos, y supone la ejercitación en capacidades para elegir entre cursos de acciones posibles y pertinentes para cada situación, habilidades para la selección de metodologías, medios y recursos, el diseño de planes de trabajo operativo y la capacidad de ponerlo en práctica, porque esta actividad acuática, es también, una de las formas básicas de la actividad física.

La seguridad y dominio en el agua, son fuentes de alegría, de la que pueden disfrutar niños, jóvenes y adultos; y quienes poseen capacidades diferentes no están tampoco excluidos de este deporte.

La natación no es un fin en sí misma, ya que las técnicas de salvamento la convierten en un medio de educación al servicio de los demás.

Esta es una etapa de experimentación para el trabajo en equipos, lo que constituye una de las necesidades de formación de los docentes.

En este proceso se pretende estimular la capacidad de intercambio, la búsqueda de soluciones originales, y la autonomía del grupo.

Su organización consta de dos cuatrimestres para abordar las unidades correspondientes.

Se le facilitará al estudiante de Educación Física, la base teórica, resultado de la investigación científica, que permita la experiencia práctica, para lograr que principiantes, se conviertan en nadadores seguros**.**

Poner a disposición de los alumnos, acciones motrices básicas, para que gestionen un proceso de asimilación, estabilización y aplicación funcional de la ejecución de las actuales técnicas propulsoras de la natación.

Que por intermedio de las acciones en el medio acuático, puedan acceder a herramientas que ayuden a la comprensión de los procesos pedagógicos, y de los objetivos didácticos involucrados en esta práctica deportiva, como bloque o eje estructural de la Educación Física.

Mostrar y acercarles a los estudiantes las técnicas actuales de la natación, considerándolas como parte de un proceso que jamás termina, en el que tendrá

permanentemente cosas que aprender y donde es posible mejorar y perfeccionar continuamente las habilidades ya incorporadas.

Generar estrategias, para que puedan ampliar sus experiencias motrices, y así producir transformaciones durables en sus estructuras cognitivas bio-psicológicas, y así favorecer al mejoramiento personal y social.

PROPÓSITOS

El propósito de este espacio, es ofrecer a los alumnos, experiencias prácticas y metodológicas que abarquen las diversas etapas del aprendizaje de la natación. Los contenidos propuestos en las unidades, están diseñados para abordar estas etapas, y ser una guía para que los alumnos puedan gestionar el conocimiento específico del aprendizaje de la natación.

La propuesta se enfoca en presentar a los estudiantes, modelos didácticos, metodológicos y prácticos, ampliando así, las posibilidades de experiencias motrices en el medio acuático, relacionando dichas acciones, con la teoría de los estilos de natación: Pecho, Mariposa y Flotación Forzada.

La iniciativa brindada podrá ser interpretada y llevada a cabo en cualquier ámbito de enseñanza, y posibilitar de esta manera, que los estudiantes puedan aplicarlos correctamente en los distintos niveles y grupos etarios, (niñez y adolescencia). Según se les presente en la práctica cotidiana.

CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS

Descubrimiento por ensayos, de los principios físicos esenciales, relacionados con la flotación, hidrodinámica, desplazamientos, resistencias y apoyos.

Facilitar el dominio de movimientos en el agua mediante el descubrimiento guiado, resolución de problemas y comando directo.

ALFABETIZACIÓN ACADÉMICA

El proceso de formación de todo estudiante de Educación Física, se encuentra interpelado por un conjunto de innumerables vivencias y experiencias específicas relacionadas a cada disciplina deportiva. No se trata exclusivamente del desarrollo intelectual del sujeto, sino también de gestar a un futuro docente, capaz de explotar al máximo su sentido del movimiento y de trabajar contenidos como la **alfabetización motriz** en la natación, donde se pueda pasar de “enseñar los estilos" a "construir y optimizar la mayor cantidad de competencias acuáticas". El objetivo es que el alumno se sienta seguro, sea eficiente y sepa desenvolverse frente a cualquier situación dentro del agua.

La cultura académica que conforma a dichos procesos de alfabetización, cuenta con idiosincrasias propias, afines a su disciplinariedad**.** Es decir, que la imagen de cada alumno, estará forjada gracias a la incidencia de movimientos, hábitos de conducta e higiene, espacios comunes, reglas y normas de convivencia adquiridas dentro del cursado.

La manera de abordar este proceso de “Alfabetización Motriz” queda expuesta a través de los siguientes ejemplos:

- El alumno no realizará sólo la vivencia de las metodologías utilizadas para la enseñanza de los estilos. Descubrirá como se mueve y se comporta su cuerpo en el agua y la manera de sensibilizar al máximo la propiocepción que le aporta la complejidad de nuevas técnicas adquiridas.
- Por qué, cómo logra flotar y su aplicación para favorecer el aprendizaje técnico y la prevención de lesiones.

- La incidencia de los diferentes tipos de resistencia al avance.
- Reconocer los cambios que generan las diversas posturas (ejes y planos, con sus respectivas rotaciones) bajo la dinámica de los estilos de ejecución simultánea.
- Saber diferenciar los beneficios que se establecen entre los diferentes tipos de Flotación. (Estática, Dinámica y Forzada)

Un alumno alfabetizado motrizmente es aquel que "entiende" el agua y sabe adaptar su cuerpo a ella.

CONTENIDOS

Unidad 1

La Natación: La Ambientación, importancia dentro del proceso ineludible de formación. Metodología específica y su integración para el pasaje hacia el aprendizaje técnico.

Revalorización del proceso de Ambientación, y de las técnicas de Crol y Espalda, aplicando metodologías adecuadas a cada etapa evolutiva.

Aplicación vivencial de los principios de la Natación en las técnicas de Crol y Espalda para mejor eficiencia de nado.

Pluralidad respecto a los aspectos metodológicos adaptados a la diversidad psico neuro motora.

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Taller de Docencia II); Campo de la Formación Especializada (Psicología y cultura del niño y el adolescente) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz II), Fundamento Anátomo Fisiológico.

Unidad 2

Técnica, Metodología y Reglamento de Pecho.

Descripción y análisis de la técnica de Pecho. Errores frecuentes. Metodologías para su aprendizaje, ejercitaciones para posición del cuerpo, patada, brazada, respiración, y coordinación. Aplicación de los principios de la natación. Técnica y metodología de partidas, giros y llegada. El nado subacuático (Brazada submarina). Aspectos reglamentarios.

Diferentes aspectos metodológicos adaptados a la diversidad psico neuro motora.

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Taller de Docencia II); Campo de la Formación Especializada (Psicología y cultura del niño y el adolescente) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz II), Fundamento Anátomo Fisiológico

Unidad 3

Flotación.

Valorizar la importancia de una eficiente flotación estática y dinámica por parte del profesor de natación. Metodologías para su aprendizaje. Técnica básica para la flotación forzada. La flotación con el sostenimiento de otra persona.

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Taller de Docencia II); Campo de la Formación Especializada (Psicología y cultura del niño y el adolescente) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz II), Fundamento Anátomo Fisiológico.

Unidad 4

Técnica, Metodología y Reglamento de Mariposa.

Descripción y análisis de la técnica de Mariposa. Errores frecuentes. Metodologías para su aprendizaje, ejercitaciones para la posición del cuerpo, patada, brazada, respiración, y coordinación. Aplicación de los principios de la Natación. Técnica y metodología de partidas, giros y llegada. El nado subacuático. Aspectos reglamentarios.

Diferentes aspectos metodológicos adaptados a la diversidad psico neuro motora.

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Taller de Docencia II); Campo de la Formación Especializada (Psicología y cultura del niño y el adolescente) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz II), Fundamento Anátomo Fisiológico

Unidad 5

Partidas.

Optimizar la eficiencia de partidas en las cuatro técnicas de nado, atender particularmente a cada momento de las mismas, valorizar las fases subacuáticas de cada una de ellas.

Diferentes aspectos metodológicos adaptados a la diversidad psico neuro motora.

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Taller de Docencia II); Campo de la Formación Especializada (Psicología y cultura del niño y el adolescente) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz II), Fundamento Anátomo Fisiológico

Unidad 6

Giros.

Optimizar la eficiencia de giros en las cuatro técnicas de nado, atender particularmente a cada momento de las mismas, valorizar las fases subacuáticas de cada una de ellas.

Diferentes aspectos metodológicos adaptados a la diversidad psico neuro motora.

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Taller de Docencia II); Campo de la Formación Especializada (Psicología y cultura del niño y el adolescente) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz II), Fundamento Anátomo Fisiológico

EVALUACIÓN

Trabajos Prácticos de Desempeño Teórico:

• Descripción y fundamentación teórica desde un caso de la práctica. Deberán relacionar los conceptos teóricos de leyes y principios básicos que sustentan la natación al momento de diagnosticar un caso concreto puesto a consideración en relación a Pecho, metodología, técnica, y reglamento de nado, partidas, giros y toques finales.

• Podrá ser evaluado mediante examen escrito con modalidad de preguntas o múltiple choice.

Trabajos Prácticos de Desempeño motriz:

Ejecución práctica de las técnicas y resistencia en el nado.

• Nadar 200 mts. Crol, con partida y giros correspondientes. (Evaluado durante el primer cuatrimestre con su respectivo recuperatorio).

• Nadar 50 mts. Espalda, con partida y giros correspondientes.
• Nadar 50 mts. Pecho, con partida, giro y fase subacuática correspondiente (Brazada submarina).
• Nadar 25 mts. Mariposa más su giro/vuelta correspondiente.
• Flotar en posición forzada con cabeza y manos fuera del agua por el término de 1´ 30" manteniendo la técnica de flotación forzada (batido alternado) correspondiente.

PARA PROMOCIONAR este Subespacio:
• 75% de asistencia.
• 100% trabajos prácticos aprobados con nota mínima 8 (ocho) ya sean de carácter teórico o de desempeño motriz.
• Aprobar Parciales Teóricos con una instancia final integradora con nota mínima 8 (ocho).

PARA REGULARIZAR este subespacio:
• 75% de asistencia anual.
• 100% de los trabajos prácticos entregados (los teóricos) y ejecutados (los de desempeño motriz).
• 75% de los trabajos prácticos teóricos aprobados con 6 (seis). En los trabajos prácticos de desempeño motriz tener aprobados con una nota mínima de 6 (seis) las siguientes exigencias:
• 200 mts Crol.
• 50 mts Espalda.
• 1´30´ de Flotación Forzada.
• 50 mts Pecho.
• 25 mts Mariposa más su giro reglamentario.
• Y respecto al resto de las evaluaciones, se podrá desaprobar los giros correspondientes y partidas de cada técnica de nado.
Aprobará el taller con un examen integrador final mixto.

Alumno "semi presencial"
- 40% de asistencia anual.
- 100% de los trabajos prácticos entregados (los teóricos) y ejecutados (los de desempeño motriz).
- 100% de los trabajos prácticos teóricos aprobados con 6(seis). Todas las instancias cuentan con recuperatorio, el que debe ser aprobado con 6(seis) o más de 6.
  Aprobará el sub espacio con un examen integrador final teórico escrito u oral.

Todo estudiante que no alcance la condición de Alumno Regular, se considerara, ALUMNO LIBRE.

Alumno libre

El alumno en condición libre, deberá ajustarse a todos los contenidos que se encuentran en esta planificación.

Aprobará este sub espacio, demostrando su competencia adquirida, ante una prueba de desempeño motriz y un exámen teórico, escrito u oral, con los contenidos específicos del sub espacio. En cuanto a las exigencias que se solicitarán para acreditar dicha condición; serán las mismas que para los regulares. Los alumnos en condición de libre, acreditan en mesa de examen con nota mínima 6 (seis).

BIBLIOGRAFÍA SUGERIDA

• Alarcón Norberto (2011). Nadando. Rosario, Argentina. Homo Sapiens Ediciones.

• Counsilman James (1995). Entrenamiento Técnico y Táctico. España. Hispano Europea.

• Diaz Kelly, Florencia. (2017). Educación Física en el Agua. Rosario, Argentina. Grupo 757 Ediciones.

• Díaz Kelly, Florencia. Gazzola, Mario (2012). Natación, Técnica, Metodología, Organización. Rosario, Argentina. Grupo 757 Ediciones.

• Jardí Pinyol Carles. Movernos en el agua. Madrid, España. Paidotribo. • Johannes Haase (1984). Juegos en el agua. Buenos Aires, Argentina. Stadium.

• Lanuza Arús, Francesc; Torres Beltrán, Antonio (2000). 1060 Ejercicios y juegos de Natación. Barcelona, España. Paidotribo.

• Loughin Terry; Delves, John (2006). Inmersión Total. Barcelona, España. Paidotribo.

• Navarro Fernando (1990). Hacia el Dominio de la Natación. Madrid, España. Editorial Gymnos.

• Maglischo Ernest (2010). Natación. Técnica, Entrenamiento y Competición. Barcelona, España. Paidotribo.

• Perciavale C. Reglamento y Arbitraje en Natación. FINA.

• Wilke, Kurt y Madsen, Orjan(2015). El entrenamiento del nadador juvenil. Buenos Aires, Argentina. Stadium.

Anexo para Todos los Espacios Curriculares de Deportes.

El presente espacio curricular se enmarca en los principios establecidos por la Ley de Educación Superior N.º 24.521 y la Ley de Educación Nacional N.º 26.206, entendiendo a la educación superior como un derecho personal y un bien público social.
Este Sub Espacio Natacion II forma parte del espacio curricular Deportes Cerrados y sus Didacticas y la planificación presentada es abalada por todos los docentes del mismo.
A su vez la propuesta pedagógica promueve prácticas de enseñanza inclusivas, democráticas y participativas, orientadas a garantizar el acceso, permanencia y egreso de las y los estudiantes.

El **Marco Normativo para la Inclusión Educativa en la Provincia de Santa Fe** tiene como objetivo fundamental garantizar el derecho a la educación inclusiva para todos los estudiantes, promoviendo su aprendizaje y participación en igualdad de condiciones. Este marco busca transformar las culturas, políticas y prácticas escolares para responder a la diversidad del estudiantado, asegurando que cada persona, independientemente de sus condiciones físicas, sensoriales, cognitivas, culturales o lingüísticas, pueda acceder a un entorno educativo equitativo.
Entre los**principios**que rigen este marco se destacan la **inclusión**, entendida como un proceso que promueve la participación activa de todos los estudiantes; la **no discriminación**, que implica acciones positivas para facilitar el ingreso y permanencia de todos en el sistema educativo; y la **corresponsabilidad**, que enfatiza que la garantía del derecho a la educación inclusiva es una tarea compartida entre el Estado, las instituciones educativas y la comunidad. Estos principios son esenciales para construir un sistema educativo que valore la diversidad y elimine las barreras que impiden el pleno ejercicio del derecho a la educación.
La presente propuesta curricular promoverá prácticas corporales y deportivas inclusivas, contemplando la diversidad de trayectorias, experiencias motrices, contextos sociales, culturales y de género presentes en el grupo de estudiantes.
Se favorecerán adecuaciones metodológicas, pedagógicas y organizativas que permitan la participación activa y el acceso igualitario a los aprendizajes, respetando las singularidades y posibilidades de cada estudiante.
Asimismo, se promoverán vínculos basados en el respeto, la cooperación, la empatía, la convivencia democrática y la construcción colectiva del aprendizaje, en articulación con los principios de la Educación Sexual Integral y los enfoques actuales de derechos humanos.